



# 食育だより

## 令和7年 1月号



(毎月19日は食育の日)



横瀬町学校給食調理場



## 明けまして おめでとうございます



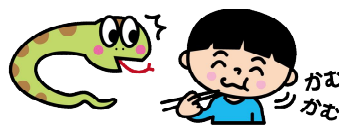
新年あけましておめでとうございます。

今年度も、残すところあと3か月となりました。  
引き続き、毎日の給食時間が待ち遠しくなるような  
魅力ある給食作りに努めていきたいと思ひます。  
本年もよろしくお願ひ致します。



## 今年巳(へび)年!

へびは、食べるときに獲物を丸のみしますが、皆さんは、よくかむことを意識して味わって食べましょう。



## 1月24日~30日は、全国学校給食週間です!

日本の学校給食は、明治22年、山形県鶴岡町(現:鶴岡市)の私立忠愛小学校で提供されたのが始まりとされています。その後、各地に広まったものの、戦争による食料不足で中断されてしまいました。戦後、子どもたちの栄養不足を改善するため、昭和21年にアメリカの支援団体「LARA(アジア救済公認団体)」から、給食用物資の寄贈を受けて、翌年1月から学校給食が再開されることになりました。昭和21年12月24日に、東京都内の小学校で給食用物資の贈呈式が行われたことから、この日を「学校給食感謝の日」としましたが、昭和25年度からは、冬季休業と重ならない1月24日~30日までの1週間を「全国学校給食週間」とすることが定められました。



全国学校給食週間を通して、学校給食の意義や役割などを皆さんに知ってもらい、学校給食についてあらためて考える機会にしてほしいと思ひます。

## 学校給食の移り変わりを見てみよう!



めいじ ねん 明治22年	せんご しょうわ ねんだい 戦後(昭和20~30年代)	げんざい 現在
<p>私立忠愛小学校で提供されたとされる給食。</p>	<p>支援物資の脱脂粉乳や缶詰、小麦粉などを使った給食。</p>	<p>地域でとれる旬の食材を取り入れ、郷土料理や行事食、世界の料理など、食育の教材となる給食。</p>

# 阪神・淡路大震災から30年

1月17日



## 災害時の『食』を備えましょう

1995（平成7）年1月17日に、阪神・淡路大震災が発生しました。寒さ厳しい中、被災した多くの人たちを支えたのは、ボランティアによって届けられた炊き出しの「おむすび」です。震災発生から5年が過ぎた2000年、兵庫県が事務局を務める「ごはんを食べよう国民運動推進協議会」は、食料の重要性や、ボランティアの善意を忘れないために、この日を「おむすびの日」と決めました\*。

阪神・淡路大震災の発生から今年で30年となります。昨年元旦に発生した令和6年能登半島地震が記憶に新しいですが、この30年の間にも各地で大きな災害が頻発しています。災害発生直後は支援が届かないということを前提に、一人ひとりが自分の命は自分で守ることを意識し、普段から備えをしっかりとしておくことが大切です。

\*2018（平成30）年8月31日に同協議会は解散し、この取り組みは、公益社団法人米穀安定供給確保支援機構へ引き継がれています。

## 災害時の食の備え



★非常食・日常食品・持ち歩き用品の3つを備えておきましょう。水と熱源は必需品です。

### そのまま食べられる 非常食

アルファ化米、缶詰、レトルト食品、菓子類など

### ローリングストックで備える 日常食品

お米、乾麺、乾物、日持ちのする野菜・果物、調味料など

### 外出時の持ち歩き用品

飲料水、チョコレート・あめなどの菓子

水は調理用も含めて1人1日3リットル必要とされています。できれば1週間分備えておくとう安心です。

**1人1日3リットル**

カセットコンロとボンベがあれば、温かい料理を食べることができます。あらかじめ使い方を確認しておきましょう。



## 給食レシピ紹介



秩父の誰もが知る、ご当地料理と云えば…やっぱり、これですよ♪

### みそポテト

#### 材料と分量（小学生4人分）

じゃが芋	200g
小麦粉	40g
水	適宜
揚げ油	適宜
赤みそ	18g
砂糖	18g
本みりん	4g
水	6g

#### 作り方

- ① じゃが芋を洗い皮をむき、4～6等分に切る。水を入れたボウルに入れ、軽くでんぷん質を落とす。
- ② 蒸し器に、じゃが芋を並べ蒸す。（竹串が、スツと通る位。）蒸し上がったら粗熱をとっておく。
- ③ ボウルに小麦粉、水を入れ、天ぷら粉を作っておく。
- ④ 鍋に油を熱しておく。（180℃）
- ⑤ 粗熱がとれたじゃが芋に天ぷら粉を付け揚げる。（2～3分位。）衣に火が通ればOK。（じゃが芋は加熱済なので。）
- ⑥ 鍋にAの材料を入れ火にかけ、みそだれを作る。
- ⑦ 揚げたじゃが芋に⑥のたれをかけたらできあがり。



お試しあれ♪

